

## 心力衰竭病患进行心脏康复运动对病患改善心肺功能的临床护理效果

陈淑红, 陆燕娜

广东省中山市人民医院 广东中山

**【摘要】** 目的 探讨心力衰竭病患进行心脏康复运动对病患改善心肺功能的临床护理效果。方法 将2021年1月至2021年8月70例心力衰竭患者作为研究对象,按照随机数字表法予以分组,将70例心力衰竭患者分成研究组和参照组,每组纳入35例心力衰竭患者。参照组予以常规护理,研究组在此基础上进行心脏康复运动。结果 研究组肺功能和心储备功能优于参照组,生活质量评分明显高于对照组,  $P < 0.05$ 。结论 心力衰竭患者实施常规护理融合心脏康复方案可改善心储备功能和肺功能,提高患者生活质量水平。

**【关键词】** 心力衰竭病患; 心脏康复运动; 心肺功能; 临床护理效果

### Clinical nursing effect of heart rehabilitation in heart failure on improve cardiopulmonary function

Shuhong Chen, Yanna Lu

People's Hospital of Zhongshan City, Guangdong Province Zhongshan, Guangdong

**【Abstract】** **Objective** investigate the heart failure patients with cardiac rehabilitation exercise to improve the clinical care effect of cardiopulmonary function. **Methods** A total of 70 patients with heart failure from 2021 to 2021 were divided into study group and control group according to random number table, and 35 patients were included in each group. The Control Group received routine care, and the study group performed cardiac rehabilitation exercises on this basis. **Results** the Pulmonary function and Cardiac Reserve function of the Study Group were better than those of the control group, and the quality of life score was significantly higher than that of the control group ( $p < 0.05$ ). **Conclusion** Routine Nursing and cardiac rehabilitation can improve cardiac reserve function, pulmonary function and quality of life in patients with heart failure.

**【Keywords】** Heart failure patients; heart failure; Heart rehabilitation exercise; Cardiopulmonary function; Clinical nursing effect

心脏衰竭是发病率较高的慢性心脏病。其主要原因是心脏的收缩和舒张功能出现障碍,使心脏不能有效地排除静脉血容量,减少静脉系统的血流沉积,减少动脉系统的血流,从而导致心脏循环障碍,引起心脏综合征。近年来,随着我国人口老龄化,心力衰竭的发病率逐年上升。心脏衰竭是严重危害人类健康的常见疾病和心血管疾病之一,临床研究显示,病人的预后会随心脏运动恢复的强度变化。在临床治疗过程中,药物治疗主要用于控制疾病的发生和发展,但治疗效果并不理想,必须进行科学康复治疗。在临床上,慢性心力衰竭的治疗目标不仅是改善患者的临床症状,更重要的是改善心肺功能和生活质量,这对患者心脏运动功能的恢复具有重要的意义和价值。心脏康复护理有助于提高患者心肺运动功能,提高其生活质量<sup>[1]</sup>。本研究将2021年1月至2021年8月70例心力

衰竭患者作为研究对象,按照随机数字表法予以分组,将70例心力衰竭患者分成研究组和参照组,每组纳入35例心力衰竭患者。参照组予以常规护理,研究组在此基础上进行心脏康复运动。比较两组治疗前后肺功能和心储备功能,探讨了心力衰竭病患进行心脏康复运动对病患改善心肺功能的临床护理效果,具体如下。

#### 1 资料和方法

##### 1.1 资料

选取70例患者进行研究,通过对照研究模式分组对比(按照随机数字表法进行分组),参选者均为心力衰竭患者,2021年1月至2021年8月70期间在我院进行治疗,设置参照组和研究组,各35例。

参照组男19例,所占比例54.3%,女16例所占比例45.7%,研究组男20例,所占比例57.1%,女15例所占比例42.9%, $\chi^2=0.159$ , $p=0.690$ 。参照组年龄范

围(19岁至16岁, 均值 $56.34 \pm 2.67$ 岁), 研究组(43岁至81岁, 均值 $56.34 \pm 2.01$ 岁),  $t=0.000$ ,  $p=1.000$ 。参照组体重范围(50kg至83kg, 均值 $64.26 \pm 10.73$ kg), 研究组体重范围(53kg至82kg, 均值 $64.14 \pm 10.33$ kg),  $t=0.048$ ,  $p=0.962$ 。参照组身高范围(158cm至182cm, 均值 $170.41 \pm 10.02$ cm), 研究组身高范围(160cm至180cm, 均值 $170.38 \pm 10.22$ cm),  $t=0.012$ ,  $p=0.990$ 。一般资料差异不大( $P>0.05$ )

### 1.2 方法

参照组实施常规护理。美托洛尔每次12.5mg, 每日3次、曲美他嗪每次30mg, 每天3次, 并密切监测其症状。做好患者日常用药护理和心理疏导等。

研究组采用常规护理与心脏康复方案相结合。

(1) 心脏康复治疗方法。运动康复护理前, 护士需要对病人的病情进行有效的评估, 以保证病情稳定, 保证运动康复训练的安全。可先进行气体代谢运动试验和心肺功能试验。心脏功能测试主要监测患者的气体代谢参数、血压、心电图等。护士应评估病人的病情, 检查血压、脉搏等生命体征, 在病人身体允许的范围内进行康复护理。护士应积极协助病人进行运动护理。根据患者的实际康复情况, 确定训练时间、运动次数。

(2) 制订宣传计划。依据检测结果, 制定相应的运动康复计划。训练计划应包括训练时间、运动强度的类型。监管康复项目的执行。锻炼过程中出现异常的训练姿势, 及时帮助病人纠正。对方案进行科学性分析, 找出存在的漏洞, 优化运动方案, 保证运动康复训练的安全性。

(3) 运动康复训练。手术后第一天, 病情稳定,

按部就班活动床肢和翻身。三、四天练习上、胸。帮助病人在手术后第八天下床活动。心脏功能不全者可在室内行走, 每次1000米, 每天两次。接着逐步增加运动量。一天两次。训练原则是循序渐进。有心悸、气短、胸闷、心跳加快、心率每分钟超过20次、血压升30mmhg、头晕、冷汗等症状, 应停止训练。以耐力训练、抗阻训练、弹力训练为主。持久训练主要是增加耗氧量, 改善病人的心功能。运动中的阻抗运动主要指重复使用低、中阻运动。可作为有氧运动的补充, 可达到扩张动脉管腔, 减小动脉壁厚度, 改善患者神经功能的目的。提示病人根据实际情况进行有氧锻炼。锻炼的主要形式有有氧运动, 骑车和慢跑。通常的运动时间可设定为半小时。之后每周进行五次放松训练。运动量通常取决于病人最大耗氧量。中度运动康复训练通常以患者的主观经验为基础。

### 1.3 观察指标

比较两组治疗前后肺功能和心储备功能以及治疗后的生活质量评分采用健康调查简表(SF)-36进行评价

### 1.4 统计学处理

分析软件: SPSS17.0 统计学软件。计量资料: 均数 $\pm$ 标准差( $\bar{x} \pm s$ ), 数据对比检验:  $t$ 值。计数资料: 百分率(%), 数据对比检验:  $\chi^2$ 值。统计学意义:  $P$ 值, 有意义:  $P<0.05$ ; 无意义:  $P>0.05$ 。

## 2 结果

### 2.1 肺功能和心储备功能比较

护理前两组心储备功能、肺功能比较,  $P>0.05$ , 护理后研究组心储备功能、肺功能显著优于参照组,  $P<0.05$ , 见表1。

表1 护理前后肺功能和心储备功能比较

组别	时期	心功能级别(级)	左心室射血分数(%)	FVC(L)	FEV1(L)
研究组	治疗前	$3.44 \pm 1.13$	$33.24 \pm 1.21$	$1.84 \pm 0.42$	$1.82 \pm 0.21$
	治疗后	$1.14 \pm 0.15$	$53.44 \pm 4.21$	$3.78 \pm 1.31$	$3.14 \pm 0.34$
参照组	治疗前	$3.45 \pm 1.10$	$33.34 \pm 1.27$	$1.872 \pm 0.41$	$1.81 \pm 0.22$
	治疗后	$2.24 \pm 0.55$	$48.13 \pm 2.25$	$2.44 \pm 1.11$	$2.45 \pm 0.24$

### 2.2 生活质量评分比较

观察组( $n=35$ ), 生理职能( $88.12 \pm 10.07$ )分、生理功能( $86.13 \pm 12.32$ )分、情感职能( $85.27 \pm 12.24$ )分、躯体功能( $87.36 \pm 10.18$ )分、社会功能( $86.34 \pm 10.49$ )分、精神健康( $88.45 \pm 10.76$ )分、精力( $86.32 \pm 10.55$ )分、总体健康( $87.24 \pm 10.32$ )分。

对照组( $n=35$ ), 生理职能( $73.02 \pm 10.32$ )分、生理功

能( $72.17 \pm 12.09$ )分、情感职能( $73.46 \pm 10.35$ )分、躯体功能( $74.18 \pm 10.78$ )分、社会功能( $73.19 \pm 12.46$ )分、精神健康( $72.11 \pm 12.38$ )分、精力( $74.53 \pm 10.38$ )分、总体健康( $74.32 \pm 10.65$ )分。

( $t=6.196$ ,  $p=0.001$ ;  $t=4.785$ ,  $p=0.001$ ;  $t=4.359$ ,  $p=0.001$ ;  $t=5.259$ ,  $p=0.001$ ;  $t=4.776$ ,  $p=0.001$ ;  $t=5.894$ ,  $p=0.001$ ;  $t=4.713$ ,  $p=0.001$ ;  $t=5.154$ ,  $p=0.001$ )比较

显示: 观察组生活质量评分明显高于对照组, 有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。

### 3 讨论

心脏收缩、舒张功能受阻, 使静脉回流的血液难以完全排出, 导致血液在静脉中沉积, 动脉系统血流灌注不足所致的心脏循环紊乱综合征。大部分的心血管疾病, 如心肌梗塞和心肌病, 都可以导致心脏衰竭。另外, 心脏负荷增加、感染、严重心律不齐、情绪波动大是心力衰竭的常见诱因。根据突发事件的严重性, 临床上可分为心衰和心衰。

(1) 急性心力衰竭: 指急性心肌损伤或心脏负荷增加, 导致心输出量骤减, 肺循环压力增加, 外周循环阻力增加, 造成急性肺淤血和肺水肿。

(2) 慢性心衰: 指心衰的持续状态, 可稳定、恶化或丧失。以水肿、乏力、呼吸困难为主。

近几年来, 心力衰竭的发病率不断上升, 导致心力衰竭病人不断增多, 对日常生活产生不同程度的影响, 降低其生活质量。所以, 对心力衰竭的诊断和治疗一直是临床医生和病人关注的焦点。现在心力衰竭的治疗中普遍采用常规治疗方法。可有效地控制、改善患者的临床症状, 但对改善心肺功能无明显作用。为此, 心脏康复受到医生们的关注<sup>[2-3]</sup>。

心力衰竭患者受限的心肺功能会引起呼吸困难, 疲劳和乏力。严重影响患者的生活质量。治疗中心压力衰竭的发生率逐年上升。据相关研究, 心衰患者身体适应不良对病情发展和预后不良有重要影响。改善心脏储备功能, 提高患者生活质量, 改善患者预后是运动康复的目标。心肺运动试验后, 心脏康复护理是心衰患者恢复的关键, 运动是心脏运动康复的核心内容<sup>[4-5]</sup>。针对心衰患者的临床症状, 采取针对性的心脏康复护理, 可提高治疗效果。结合病人的实际情况, 规范的运动训练能明显改善心衰患者的心肺功能, 进一步恢复患者的身体机能, 从而大大提高患者的生活质量<sup>[6-7]</sup>。

心脏康复运动训练对改善心衰患者心肺功能有明显作用, 运动过程中, 通过有氧锻炼, 病人的最大氧含量明显增加, 并减少了血乳酸的产生<sup>[8]</sup>。体育锻炼也可显著提高病人的肌纤维强度, 增强肌肉力量, 有效改善肌肉代谢和灌注, 提高肌纤维细胞内线粒体总容量密度, 增加细胞色素 c 氧化酶密度。据相关研究结果, 在传统的抗心力衰竭药物如利尿剂、洋地黄、血管紧张素转换酶抑制剂等的同时, 要指导病人进行康复运动, 能有效恢复病人内脏, 通畅经络, 大大提高

肺气交换率<sup>[9]</sup>。

本研究显示, 研究组肺功能和心储备功能优于对照组, 生活质量评分明显高于对照组,  $P < 0.05$ 。

综上所述, 心力衰竭患者实施常规护理融合心脏康复方案可改善心储备功能和肺功能。

### 参考文献

- [1] 王玉, 潘婉. 八段锦在老年慢性心力衰竭患者心脏康复中的作用[J]. 中国老年学杂志, 2021, 41(19): 4260-4263.
- [2] 孙立荣, 康文娟, 李探春, 王艳芸. 基于时机理论的心脏康复护理对心肌梗死患者 PCI 术后心功能、生活质量的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2021, 27(19): 127-129.
- [3] 李娜. 心脏康复护士角色功能与现状探讨[J]. 继续医学教育, 2021, 35(09): 132-133.
- [4] 曹昕昕. 格林护理模式对冠状动脉支架植入术后健康促进行为及心脏康复的影响[J]. 临床与病理杂志, 2021, 41(09): 2119-2124.
- [5] 齐智. 心脏康复护理对老年心衰及急性心肌梗死患者预后的影响探讨[J]. 中国实用医药, 2021, 16(27): 183-185.
- [6] 顾迎春, 李征艳, 孙漾丽等. 心脏康复运动联合中药气雾剂对冠心病患者心肺运动耐量及生活质量的影响[J]. 中国老年学杂志, 2022, 42(06): 1284-1287.
- [7] 刘洪强, 黄达民, 王朝霞等. 心脏康复运动对慢性心力衰竭患者的临床疗效[J]. 心血管康复医学杂志, 2021, 30(06): 665-670.
- [8] 焦海旭, 何亚菲, 林文华. 心脏康复运动对 PCI 术后患者病情及预后的影响[J]. 重庆医学, 2022, 51(05): 834-837+841.
- [9] 肖桂芳, 乐丽珍, 李燕萍等. I 期心脏康复运动方案应用于急性心肌梗死 PCI 术后患者的效果[J]. 心血管病防治知识, 2021, 11(32): 37-40.

收稿日期: 2022 年 6 月 26 日

出刊日期: 2022 年 8 月 5 日

引用本文: 陈淑红, 陆燕娜, 心力衰竭病患进行心脏康复运动对病患改善心肺功能的临床护理效果[J]. 当代护理, 2022, 3(6): 54-56  
DOI: 10.12208/j.cn.20220235

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。 <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS